

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

**у контексті державної
програми розвитку фізичної культури в Україні:
досвід, проблеми, перспективи**

Присвячується 10-річчю факультету фізичного виховання і спорту



Житомир, 2014

Пазіна В. О. Розвиток спортивної гімнастики на Житомирщині у післявоєнні роки	188
Попович О. І. / Popovych O. I. Взаємозв'язок психофізіологічного стану студентів-жінок з рівнем їх рухової активності / Relationship of the mental and physical states of female students with the level of their motor activity	191
Свістельник І. Р. Формування електронного галузевого інформаційного ресурсу у ВНЗ фізкультурного профілю	194
Сіпківа М. О. Формування позитивної мотивації у студентів до занять фізичною культурою засобами степ-аеробіки	196
Стасюк Р. М., Смірнова К. Р. Формування у студентів свідомого ставлення до фізичного вдосконалення в процесі фізичного виховання	199

НАПРЯМ IV. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ, ФІЗИЧНА РЕКРЕАЦІЯ, МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ

Абдуллаєв А. К., Ребар И. В., Нестеров А. С. Процессы восстановления водного баланса спортсмена	202
Андрійчук О. Я. Рекреаційно-туристичне державне регулювання	205
Бойко Г. М. Корекційна спрямованість інклюзивного навчання студентів з особливими освітніми потребами в системі фізичного виховання молоді	207
Бригизак В. П., Милтов О. А. Фізичне здоров'я школярів 7-8 років, що займаються хортингом	210
Гаюсва Л. С. Теоретичний аналіз проблем адаптивного фізичного виховання	213
Ковінько М. С., Драчук А. І., Шевчик Л. М. Шляхи оптимізації занять фізкультурно-оздоровчої спрямованості	216
Кокарева С. М., Щербіі С. А. Дослідження стану здоров'я спортсменів різної кваліфікації, що займаються фітнес-багатоборством «Стренфлекс»	220
Корнійчук Н. М., Ляшевич А. М., Киричук В. О. Перебіг адаптаційних процесів та формування стресостійкості студентів молодших курсів факультету фізичного виховання і спорту	223
Крук А. З., Крук М. З. Особливості морфофункціональних показників плавців-стаєрів	227

4. Сущенко Л.П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Л.П. Сущенко. – К., 2003. – 46 с.

АНОТАЦІЇ

ОВОЛОДІННЯ НАВИЧКАМИ ТА ВМІННЯМИ ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЯК НЕОБХІДНА СКЛАДОВА ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦЯ У СФЕРІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ

Омельченко Т. Г.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

У статті обґрунтовано необхідність володіння навичками та вміннями емоційної саморегуляції. Наведена методика аутогенної регуляції і викладені результати дослідження. Окреслено перспективи подальших досліджень, пов'язані із з особливостями впровадження елементів аутотренінгу в навчальний процес підготовки фахівців у сфері фізичного виховання та спорту.

Ключові слова: психологічні засоби відновлення, аутогенне тренування.

ВЛАДЕНИЕ НАВЫКАМИ И УМЕНИЯМИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ КАК НЕОБХОДИМА СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Омельченко Т. Г.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

В статье обоснована необходимость владения навыками и умениями эмоциональной саморегуляции. Приведена методика аутогенной регуляции и изложены результаты исследования. Намечены перспективы дальнейших исследований, связанные с особенностями внедрения элементов аутотренинга в учебный процесс подготовки специалистов в области физического воспитания и спорта.

Ключевые слова: психологические средства восстановления, аутогенная тренировка.

CAPTURE BY SKILLS AND ABILITIES OF EMOTIONAL SELF-REGULATION AS MAKING IS NEEDED PREPARATIONS OF SPECIALIST IN THE FIELD OF PE AND SPORT

Omelchenko T.

National university of PE and sport of Ukraine

In this paper the necessity of the skills and abilities of emotional self-regulation. The technique autogenously regulation and presents the results of research. Prospects for further research related to the implementation of features elements in the learning process anger management training in physical education and sport.

Keywords: psychological recovery tools, autogenic training.

РОЗВИТОК СПОРТИВНОЇ ГІМНАСТИКИ НА ЖИТОМИРЩИНІ У ПІСЛЯВОЄННІ РОКИ

Пазіна В. О.

Житомирського державного університету імені Івана Франка

Постановка проблеми. Сьогодні, будуючи систему фізичного виховання незалежної України ми маємо вивчати та аналізувати минулий досвід. Головна мета вивчення історії розвитку гімнастики полягає у вмінні вчитися на помилках своїх попередників, адже лише вміння усвідомлювати й аналізувати історичні помилки допоможе запобігти їх повторенню. Необхідно звертатися до минулого, черпати звідти знання, натхнення, мудрість та досвід тих поколінь, наших дідів і батьків, які у важких історичних умовах робили перші кроки, плекали громадську і спортивну славу рідної землі, свого поліського краю. Нині їхній досвід стає для нас доступним, і, нарешті, по-справжньому можна взятися за його вивчення. На превеликий жаль, занадто пізно, адже героїв тих подій вже немає серед нас, пішли із життя і їх нащадки, втрачені назавжди важливі документи, які не дозволяють повністю встановити історичні факти і події тих часів. В умовах бездержавності, байдужості та псевдодіяльності керівників-чужинців багато фактів було викривлено, замовчено та знищено для приниження української нації [5, с. 3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як свідчать дані архівних матеріалів у 1960 році в спортивних секціях (гімнастика, легка атлетика, лижні перегони, волейбол, стрільба тощо) у Житомирській середній школі № 45 займалися більше 150 учнів п'ятих-десятих класів. Серед них: Людмила Матвійчук, Віктор Саратов, Людмила Поліщук, Зінаїда Ксендзюк, Світлана Деркач, Євгенія Мельник, Ніла Литвинчук та інші. Усі вони вихованці викладача фізкультури Михайла Матвійовича Лапутько. Як зазначає М. Валігурський, фізкультурники школи неодноразово брали участь у міських та республіканських змаганнях і були переможцями, учні школи отримували кубки та грамоти за успіхи в різних змаганнях [2, с. 4].

За даними Ш. Розенфельда нам відомо про гімнастку Любов Галицьку, яка тренувалася у гімнастичній секції товариства «Динамо». Будучи ученицею 11 класу Житомирської середньої школи № 21 вона виконала норму першого спортивного розряду. У вересні 1964 року у гімнастичній секції разом з Любою вчилися такі здібні дівчата,

як першорозрядниці Галина Шаповалова, майстри спорту Валентина Ставська (Айунц) та Ася Дубовицька. Ш. Розенфельдом зазначено, що керівником секції був дбайливий виховател ь гімнастів, тренер Лерн Айунц, який закінчив Ленінградський інститут фізкультури [6].

У 1967 році у свої 14 років вихованка тренера дитячої спортивної школи товариства «Авангард» Ніни Олександрівни Щуренко Валентина Таран стала кандидатом у майстри спорту СРСР. Відомо, що Ніна Олександрівна була кращою гімнасткою Житомирщини. Після закінчення Житомирської середньої школи № 45, вступила до Вінницького педагогічного інституту, була у складі команди. У 1960 році ввійшла до трійки найсильніших гімнасток, а згодом, на останньому курсі інституту, стала чемпіонкою педагогічних вузів країни зі спортивної гімнастики, здобувши почесне звання майстра спорту СРСР. Спортивна біографія та майстерність тренера була взірцем для її учениць, яким вона розповідала про незабутні зустрічі з ушавленими гімнастками, чемпіонками світу Ларисою Латиніною та Поліною Астаховою, спортивні досягнення яких кликали майбутнього педагога до висот майстерності. Зі спогадів Ніни Олександрівни було з'ясовано, що вона вчителювала на рідній Житомирщині, не раз піднімалася на вищу сходинку п'єдесталу пошани обласних чемпіонатів, а після відкриття обласною «Авангард» дитячої спортивної школи, Ніна Олександрівна розпочала в ній діяльність тренера, сформувала та навчала три групи юних гімнасток. У 1969 році її учениця, абсолютна чемпіонка Житомирщини, дев'ятикласниця Валентина Таран у весняному республіканському турнірі виконала норматив майстра спорту з довільної програми.

Крім того, слід відзначити майстра спорту СРСР зі спортивної гімнастики Наталю Матюшенко, яка з десяти років займалася спортом. У 1970 році вона була студенткою IV курсу Житомирського педагогічного інституту імені Івана Франка, навчання успішно поєднувала з тренуваннями та участю у змаганнях. Як свідчить П. Бойко, вона була неодноразовою переможницею першості області серед студентської молоді [1].

Аналіз архівних та періодичних видань, науково-методичних джерел показав, що на даному етапі недостатньо глибоких досліджень, пов'язаних з вивченням особливостей зародження та розвитку гімнастики на Житомирщині.

Метою нашої статті є вивчення історичної спадщини розвитку спортивної гімнастики на Житомирщині.

Методи дослідження. Для досягнення мети було використано аналіз науково-методичної літератури, документальних джерел та архівних матеріалів.

Результати дослідження та їх обговорення. В кінці 40-х на початку 50-х років фундамент розвитку гімнастики на Житомирщині заклали – В.Л. Туловський та Г.М. Вінниченко. Жіночу гімнастику розвивала також О.А. Кузьменко, яка виховала перших майстрів спорту. В кінці 50–60-х рр. у м. Бердичеві гімнастів виховували Л. Пушкарьова, Л. Будова, а також родина Левкович. Активно гімнастика розвивалася у таких містах, як Новоград-Волинському, Коростені, Андрушівці. Центром розвитку було місто Житомир. У 60-х рр. відомими спортсменами були сестри Ромазанович, житомирська гімнастка А. Дубовицька, яка виконала норматив майстра спорту СРСР.

У звіті суддівської колегії Вінницького та Лівенко відомо, що у період з 6 по 9 березня 1960 року були проведені обласні особисто-командні змагання зі спортивної гімнастики. В них брали участь збірні команди міст Житомира, Бердичева і Новоград-Волинського. Крім збірних команд у змаганнях взяли участь в особистій першості команди ДСШ м. Житомира «Авангард» та спортивної школи № 7. Загальна кількість учасників змагань складала 50 чоловік, з яких 18 виконали розряди.

Наприкінці 1976 року було збудовано спортивний комплекс дитячо-юнацької спортивної школи № 2 Житомирського міського відділу народної освіти. Досвідчені тренери-педагоги докладали усі зусилля, щоб їхні вихованці пізнавали усю красу, яку дає людині спорт. У 1981 році спортивну школу відвідувало 412 хлопчиків і дівчаток, які займалися гімнастикою, акробатикою, класичною боротьбою. За неповних п'ять років існування у школі виховано 8 юних майстрів спорту, 140 кандидатів у майстри і першорозрядників, близько 500 спортсменів масових розрядів [5].

У грудні 1983 року протягом трьох днів в залі Житомирської дитячо-юнацької спортивної школи № 2 тривали змагання зі спортивної гімнастики на приз імені Героя Радянського союзу І.П. Вороніна. За словами головного судді змагань В. Туловського, у відкритій першості міста взяли участь посланці одинадцяти міст України, Білорусії, Молдавії, в тому числі юні гімнасти Бреста, Тирасполя, Миколаєва, Херсона, Черкаса, Тернополя. Найкраще виступили господарі змагань, які й посіли перше місце. В особистій першості чемпіонами стали кандидати у майстри спорту Майя Бутай, Олександр Гутниченко (м. Житомир) та Ріта Абрїєва (м. Бердичів) [8].

Відомо, що з 14 по 20 серпня 1985 року в Москві відбувся міжнародний турнір в олімпійському спорткомплексі «Крилатське», на якому було зібрано 168 юних гімнасток з Радянського Союзу, Австралії, Франції і Фінляндії. Збірну команду центральної ради ДСТ «Урожай» представляли кандидати у майстри спорту, учениці 7-го класу Житомирської середньої школи № 17 Наталія Бриколова та Ірина Толмачова. Житомирські спортсменки змогли показати високий клас. Так, Н. Бриколова та І. Толмачова розділили між собою 8–9 місця у багатоборстві, а у вправах без предметів відповідно 4 та 5-у сходинки турнірної таблиці. Третя учасниця турніру учениця 6-го класу школи № 8 Раїса Поплавська, яка дебютувала в особистому заліку, посіла 16 місце, що теж оцінювалося як успіх [3].

У 1999 році Житомирській дитячо-юнацькій спортивній школі № 2 виповнилося 30 років. На трьох відділеннях – спортивної гімнастики, акробатики, греко-римської боротьби і дзюдо займалися понад 600 юних спортсменів.

Таким чином, спортивна гімнастика набула розвитку в Житомирі наприкінці 50-х років, тож школа виникла не на порожньому місці. А коли ДЮСШ № 2 отримала у 1977 році нове просторе приміщення по вулиці Хлібній, справи пішли на краще ще швидше. Так, відділення спортивної гімнастики почало готувати кандидатів до збірної команди України. Серед них Маргарита Іршенко (тренери Валентина Іванівна та Лерн Рачиківч Айунц), яка була

призером спартакіади народів СРСР, чемпіонкою країни, переможцем міжнародних змагань. Випускник школи Леонід Остапчук (перший тренер В.Л. Тулковський) у складі збірної команди України був призером спартакіади народів СРСР, призером чемпіонатів. Майстрами спорту СРСР стали Наталія Суходольська, Ірина Ілюхіна, Алла Горбачька, Тетяна Роговченко, Ігор Маслюк, Андрій Бобров, Ігор Бондар.

Із спогадів Володимира Димчука ми дізналися, що попри всі труднощі спортивне життя тривало завдяки тим людям, які працювали у восьми ДЮСШ та одинадцяти ДЮСФП, а це – 255 тренерів. Незважаючи на наявні проблеми та відсутність коштів, тренери все ж таки знаходили вихід із цього положення заради того, щоб діти займалися спортом. Вони збільшували кількість внутрішніх змагань. Це – класифікаційні змагання, першість школи, складання нормативів, різноманітні оздоровчі заходи, підготовка інструкторів та суддів зі спорту, допомога загальноосвітнім школам, ПТУ в організації позакласної та позашкільної роботи. Крім того, тренери допомагали проводити відбіркові змагання, обласну спартакіаду школярів. Багато з них були призначені старшими тренерами збірних команд області з різних видів для участі у перших спортивних іграх школярів України [4].

Висновки

Вивчення архівних матеріалів Житомирської обласної універсально-наукової бібліотеки імені Олега Ольжича, фондів Житомирського обласного архіву щодо розвитку гімнастики та спогадів провідних тренерів і організаторів спортивного руху розкрило проблему розвитку та становлення гімнастики на Житомирщині у післявоєнні роки до даного часу. Встановлені імена тренерів, які поклали фундамент для розвитку гімнастики на Житомирщині, виховали перших майстрів спорту. Таким чином, слід відзначити, що гімнастика пройшла не легкий шлях свого розвитку на Житомирщині, долаючи багато перешкод на своєму шляху, завдяки яким історія назавжди закарбувала імена та блискучі перемоги наших земляків.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бойко П. Інформаційно-спортивне видання «Радянська Житомирщина» від 12 лютого 1970 р.
2. Валігурський М. Майбутні чемпіони / М. Валігурський // Інформаційно-спортивне видання «Радянська Житомирщина» № 11 (9002) від 16 січня 1960 р. – С. 4.
3. Грибан Г.П. Змагання грацій / Г. Грибан // Інформаційно-спортивне видання «Радянська Житомирщина» № 166 (15444) від 28 серпня 1985 р. – С. 4.
4. Димчук В. Гартує «Гарт» / В. Димчук // Інформаційно-спортивне видання «Радянська Житомирщина» № 17 (18189) від 12 лютого 2000 р. – С. 8.
5. Кухарський О.С. Історія гімнастичного товариства «Сокіл» на Волині / О. С. Кухарський, Г. П. Грибан. – Житомир: Вид-во «Рута», 2014. – 106 с.
6. Республіканські змагання / Інформаційно-спортивне видання «Радянська Житомирщина» № 74 (16152) від 20 червня 1988р. – С. 4.
7. Розенфельд Ш. Спортсменка / Ш. Розенфельд // Інформаційно-спортивне видання «Радянська Житомирщина» № 192 (10216) від 26 вересня 1964 р. – С. 4.
8. Фрайман Н. Запрошення до гімнастики / Н. Фрайман // Інформаційно-спортивне видання «Радянська Житомирщина» № 120 (16278) від 19 липня 1989 р. – С. 4.

АНОТАЦІЇ

РОЗВИТОК СПОРТИВНОЇ ГІМНАСТИКИ НА ЖИТОМИРЩИНІ У ПІСЛЯВОЄННІ РОКИ

Пазіна В. О.

Житомирського державного університету імені Івана Франка

У статті розповідається про історичний розвиток спортивної гімнастики на Житомирщині. Розкрито стан розвитку спортивної інфраструктури, підготовка тренерських кадрів та кваліфікованих спортсменів. Представлені дані про відомих гімнастів, які підготовлені в спортивних школах.

Ключові слова: розвиток, гімнастика, спортсмени, тренери, Житомирщина.

РАЗВИТИЕ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ НА ЖИТОМИРСКОМ РЕГИОНЕ В ПОСЛЕВОЕННЫЕ ГОДА

Пазина В. А.

Житомирский государственный университет имени Ивана Франко

В статье рассказывается про историческое развитие спортивной гимнастики на Житомирщине. Раскрыто состояние развития спортивной инфраструктуры, подготовка тренерских кадров и квалифицированных спортсменов. Представлены данные об известных гимнастах, подготовленных в спортивных школах.

Ключевые слова: развитие, гимнастика, спортсмены, тренеры, Житомирщина.

POST-WAR DEVELOPMENT OF GYMNASTICS IN ZHYTOMIR REGION

Pazina V.

Zhytomyr Ivan Franko State University

This article describes the historical development of gymnastics in Zhytomyr. It also reveals the state of sports infrastructure, training coaches and qualified athletes. The article presents the data about famous gymnasts trained in sports schools.

The Keywords: development, gymnastics, sportsmen, coaches, Zhytomyr region.